7

Enciclopedia de PLANTAS QUE CURAN

A2

Enciclopedia de
PLANTAS QUE CURAN

FASCICULO 7 Año 1987

Director Responsable
Lic. Danilo M. Conseil
Director Editorial
Inés C. González López

Diagramación
Tito Fiori

Armado
Marcelo Villegas
Dario Shinji

Dibujos
Jorge Mercado

Fotografía
Eduardo Lettieri

Es una publicación de
Ediciones EDILIBA
Córdoba 1364 5 D
Capital Federal

Distribuidora en Capital Federal
Juan Vidal e Hijos
Carlos Pellegrini 739 1º 4

Distribuidor en Interior
SADYE S.A.
Av. Belgrano 355 9º y 10º Piso
T.E. 30-5847-1536-1537
Capital Federal

Impreso en Talleres Gráficos
RECALI S.A.
Perdriel 1534 - Capital

Derechos de la obra reservado por ediciones Ediliba
Prohibida la reproducción parcial o total sin previa autorización de la editorial

SUMARIO

Fabiana ..... Pág. 97
Farolito ..... Pág. 97
Felandrio ..... Pág. 97
Fenogreco ..... Pág. 97
Ficaria ..... Pág. 99
Filipéndula ..... Pág. 99
Filodemdro ..... Pág. 100
Flor de viuda ..... Pág. 100
Flor de la oración ... Pág. 100
Floripón ..... Pág. 101
Fofosa ..... Pág. 102
Frambuesa ..... Pág. 103
Frangula ..... Pág. 103
Fresno ..... Pág. 103
Frutilla ..... Pág. 104
Fucsia ..... Pág. 105
Fucus ..... Pág. 106
Fumaria ..... Pág. 107
Galega ..... Pág. 108
Galanga ..... Pág. 109
Galio ..... Pág. 109
Garbanzo ..... Pág. 110
Gatuña ..... Pág. 110
Gayuba ..... Pág. 111
Genciana ..... Pág. 112

Esta publicación solamente aspira a informarlo de las propiedades curativas de algunas plantas conocidas en nuestro país. No es un manual para automedicarse ni pretende reemplazar la labor de un facultativo. Consulte a su médico, solamente él puede ser quien decida y supervise un tratamiento prolongado.

Enciclopedia de PLANTAS QUE CURAN es una obra compuesta de 30 fascículos de aparición semanal que se encuadernarán en dos volúmenes de 15 fascículos cada uno.

Partes de la planta utilizadas

Formas de consumo

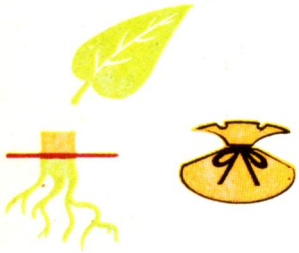
F

FABIANA

Nombre científico:
Fabiana Imbrica.

Este arbusto crece en las regiones cordilleranas de nuestro país y Chile. Su uso, si bien está poco difundido, es recomendable en casos de piedras y arenillas de vejiga y riñón, como así mismo cálculos biliares. Es un activo diurético y litóntrico. Se emplea la planta entera en infusión a razón de 10 gramos por cada medio litro de agua. Dosis recomendada: 4 tazas al día.

FAROLITO



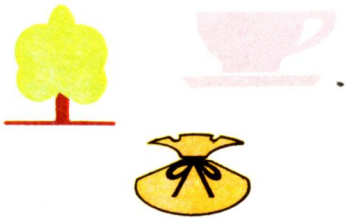
Familia:
Campanuláceas.
Otros nombres:
Rapónchigo.

Planta perenne. Los tallos alcanzan hasta 60 cm. de altura y son estriados. Sus hojas son alargadas y punteagudas. Las flores, en racimos terminales, tienen la corola en forma de campana y son de un color azul muy llamativo. La raíz es blanca, fusiforme, carnosa y comestible.

Las hojas tienen propiedades emolientes y resolutivas. Se usan para ayudar a madurar granos, forúnculos y abscesos. También para ayudar a remover verrugas pequeñas. La forma de empleo es en cataplasma que se prepara machacando las hojas y colocándolas sobre la zona a tratar con un vendaje adecuado.

Las raices tienen propiedades refrescantes y depurativas.

FELANDRIO



Nombre científico:
Cenanthe Phellandrium
Otros nombres:
Felandrio acuático, Hinojo acuático, Perejil acuático.

Esta planta crece en abundancia en el sur de nuestro país, sobre todo en el río Chubut y afluentes del mismo. Tienen un olor fuerte y no muy agradable.

Las semillas preparadas en infusión, a razón de 10 gramos por litro se usa como expectorante y tosífugo (béquico) en casos de catarros y enfermedades broncopulmonares. Se recomiendan tres tazas por día, endulzadas con miel o azúcar quemada. Si se toma caliente es además un buen diaforético.

Las semillas frescas, machacadas, sirven para preparar una cataplasma de características emolientes y muy apta para madurar abscesos, forúnculos y panadizos.

Toda la planta fresca, machacada con vinagre, da por resultado una cataplasma resolvente que alivia estados inflamatorios de golpes, contusiones y heridas además posee características vulnerarias, lo que facilita el rápido secado y cicatrización.

FENOGRECO

Nombre científico:
Trigonella Foenum Graecum
Familia:
Leguminosas
Otros nombres:
Alholva, Heno griego, Hinojo griego, Fenugriego.

Planta herbácea de raíz ramificada, tallos rectos, cilíndricos y huecos, con algunas ramificaciones, Hojas alternas, compuestas, trifoliadas, con folíolos lanceolados de borde finamente dentado. El haz es tormentoso y el envés glabro. Las flores son sésiles, de color amarillo pálido, y tienen el cáliz en forma acampanada. Esta especie suele ser cultivada como forraje. Su nombre proviene del olor a heno recién cortado que exhalan sus semillas.

Una infusión de semillas de Fenogreco a razón de 20 gramos por litro es un eficaz febrífugo y depurativo recomendado en casos de gripes o estados catarrales. Se recomiendan tres tazas por día. El mismo té, utilizado frío o tibio (inclusive se puede aumentar la proporción de semillas hasta 30 gramos por litro), sirve para gargarismos en caso de inflamaciones, irritaciones y llagas de boca y garganta.

Un cocimiento a razón de 20 gramos de semillas en un litro de agua hervido durante 10 minutos calma los ardores producidos por las úlceras estomacales. Se beben de cuatro a seis tacitas por día.

Al Fenogreco se le atribuyen propiedades de reconstituyente sexual, sobre todo en los casos de impotencia masculina. A tal fin, se recomienda un cocimien-

to de 40 gramos de semillas por litro de agua, al que se hace hervir por 10 minutos; se cuela y se toma una taza en ayunas, otra antes del almuerzo y la tercera antes de la cena.

También se puede preparar como tintura.

En uso externo, un cocimiento de 100 gramos de polvo de semillas de fenogreco, espesado con harina, y encerrado entre los pliegues de una gasa, sirve para preparar una cataplasma. Aplicada tan caliente como se la pueda soportar, tiene propiedades emolientes y madurativas en casos de abscesos, granos, forúnculos. Se puede aplicar varias veces por día.

El polvo de semilla, mezclado con una yema de huevo, hasta formar una pasta, se aplica como cataplasma fría con fines similares a lo anterior.

La harina de semilla, mezclada con miel hasta obtener una pasta se aplica como cataplasma en caso de dolores reumáticos o gotosos.

Un cocimiento de 20 gramos de semillas por litro se puede aplicar en fomentos fríos en caso de hemorroides irritadas.

Las ramas, a razón de 20 gramos hervidas en leche, dan un líquido apropiado para la limpieza del cutis.

TINTURA DE FENOGRECO

Alcohol de 60º . . . . . 200 c.c.
Semillas de Fenogreco. . . 40 gr.

Una o dos cucharaditas disueltas en una taza de agua tibia se utilizan con los mismos efectos del té, o como colutorio

Como reconstituyente sexual también se puede preparar el vino de Fenogreco.

VINO DE FENOGRECO

Tintura de Fenogreco . 100 c.c.
Vino generoso dulce . . 900 c.c.

Se toman una o dos copitas antes de las comidas principales.

FICARIA

Nombre Científico:
Caniculus:Ficaria
Familia:
Ranunculáceas.
Otros nombres:
Escrofularia Menor.

Planta anual con tallo lampiño y nudoso que alcanza hasta a un metro de altura. Hojas acorazonadas, opuestas y pecioladas. Las flores agrupadas en racimos, tienen la corola parduzca.

Las hojas de la Ficaria se utilizan para reducir las hemorroides en baños de asiento. La forma más frecuente de uso es un cocimiento de 60 grs. de hoja en 1 litro de agua, al que se hace hervir durante diez minutos.

La ingestión de esta planta puede ser peligrosa, por lo tanto es aconsejable, antes de su uso consultar con su médico.

FILIPENDULA

Nombre Científico:
Spirea Filipendula.
Familia:
Rosáceas.

Hierba de tallos sencillos y pocos ramificados, que pueden llegara hasta los 60 cm. de altura. Las hojas, pecioladas, estan divididas en muchos lóbulos desiguales, lanceolados y lampiños Las flores, en rosetas terminales son blancas o ligeramente rosadas. Esta planta se llama así porque presenta gruesos tubérculos suspendidos a raíces filamentosas (de Filum, hilo y Péndula, colgante, pendiente). Estos bulbos contienen sustancias de reserva de la planta.

Las raices, los tubérculos y las hojas de la Filipéndula tienen propiedades astringentes, diuréticas, litóntricas y antiinflamatorias. Por ello esta planta es empleada en caso de diarrea, afecciones del sistema intestinal y en casos de piedras o arenillas en riñon y vegija.

La forma más común de uso es como cocimiento, a razón de 20 gramos de Filipéndula en medio litro de agua. Se deja hervir durante 10 minutos y se toma una tacita cada tres o cuatro horas.

FILODRENDO

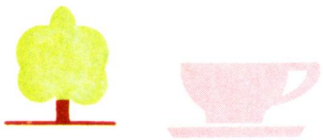
Nombre Científico:
Philodendrum Pertusum.
Familia:
Aracere

Planta herbácea con las hojas muy grandes y con profundas hendiduras. El rizoma está transformado en un tallo prolongado y trepador. Existen varias clases de Filodendros y son muy cultivados como plantas de adorno.

Las hojas y raices del Filodendro tienen propiedades antirreumáticas y antiartríticas. Se consume en forma de cocimiento a razón de 20 gramos de hojas y rizoma por litro de agua. Se deja hervir durante cinco minutos y se toman cuatro tazas diarias.

FLOR DE CRISTO
(VER PASIONARIA)

FLOR DE VIUDA



Nombre Científico:
Scabiosa Marítima.
Familia:
Dipsacáceas.

Esta planta abunda en nuestros campos, donde crece en forma espontánea, y alcanza una altura de un metro y medio.

La parte aérea de la Flor de Viuda (toda la planta menos la raíz) tiene propiedades béquicas, balsámicas, sudoríficas, depurativas y antirreumáticas.

Se prepara en forma de té, a razón de 20 gramos de planta por litro de agua. Dosis recomendada: tres tazas al día, endulzadas con miel o azúcar quemada. Es recomendada en bronquitis, estados catarrales y gripales.

FLOR DEL PARAISO
(VER ACEDREQUE)

FLOR DE LA ORACION

Nombre científico:
Oenotera Berteriana Spach
Familia:
Nictagináceas
Otros nombres:
Suspiro, Flor de San José, Don Diego de la noche.

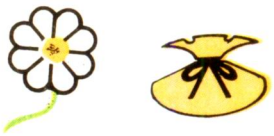
Esta planta tiene tallos herbáceos y nudosos que alcanzan hasta los 80 centímetros de altura. Las hojas son lanceoladas

de color verde oscuro y algo arrugadas. Las flores son grandes y de un color amarillo pálido muy llamativo, también pueden ser jaspeadas en blanco y amarillo. Esta planta es muy cultivada en los jardines por la belleza y fragancia de sus flores, que se abren durante la noche y se cierran al ponerse el sol. De esta característica deriva su nombre.

El cocimiento de hojas de Flor de la oración, a razón de 10 gramos por litro de agua, hervido durante cinco minutos tiene propiedades béquicas y anticatarrales; se recomienda tomar tres tazas tibias al día, endulzadas con miel o azúcar quemada. Este cocimiento también tiene propiedades emenagogas.

Para uso externo tiene propiedades vulnerarias y detersivas, por lo cual se usa para lavar heridas, golpes, reducir hematomas, etc. Se prepara un cocimiento a razón de 100 a 130 gramos de hojas y tallos tiernos de la planta en agua. Se aplica en forma de compresas. Las hojas y tallos, ya hervidos, sirven también para preparar una cataplasma con las mismas propiedades del cocimiento.

FLORIPON



Nombre científico:
Datura Suaveolens
Familia:
Solanáceas
Otros nombres:
Floripondia, Trompetilla.

Este árbol puede llegar hasta los 3 metros de altura, de tronco leñoso y ramificado. Las hojas son oblongas de borde liso y con un vello suave en el envés. Las flores son solitarias, en forma de embudo, de color blanco y de un perfume agradable.

La flor de Floripon por sus propiedades antiinflamatorias, emolientes y resolventes, se utiliza para preparar tinturas y ungüentos de uso externo.

TINTURA DE FLORIPON

Alcohol de 60º . . . . . 1000 c.c.
Hojas de Floripon . . . . . 200 gr.

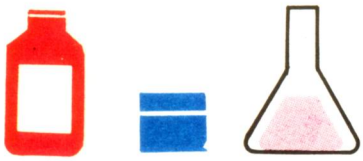
Se utiliza esta tintura para hacer fricciones en casos de fo lores reumáticos o articulares.

ACEITE DE FLORIPON

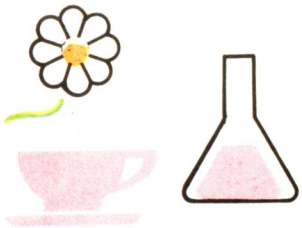
Aceite de oliva. . . . . 500 c.c.
Hojas de Floripon frescas
y machacadas . . . .150 gr.

Se mezclan las hojas y el aceite y se calientan a baño maría durante tres o cuatro horas. Se cuela a través de una muselina limpia y se elimina el agua sobrenadante si la hubiera. Se utiliza en fricciones en caso de dolores reumáticos y también como emoliente en caso de granos, forúnculos, panadizos, etc. También si se desea se puede preparar una pomada sustituyendo el aceite de oliva por grasa de cerdo o manteca sin sal.

Las flores frescas, machacadas en un mortero con grasa, sirven para preparar una cataplasma que tiene las mismas aplicaciones que el aceite o la pomada.



FOFOSA



Nombre científico:
Werneria Dactilophilla
Familia:
Compuestas
Otros nombres:
Pupusa.

Esta planta es muy común en la zona precordillerana de la región centro y noroeste de nuestro país.

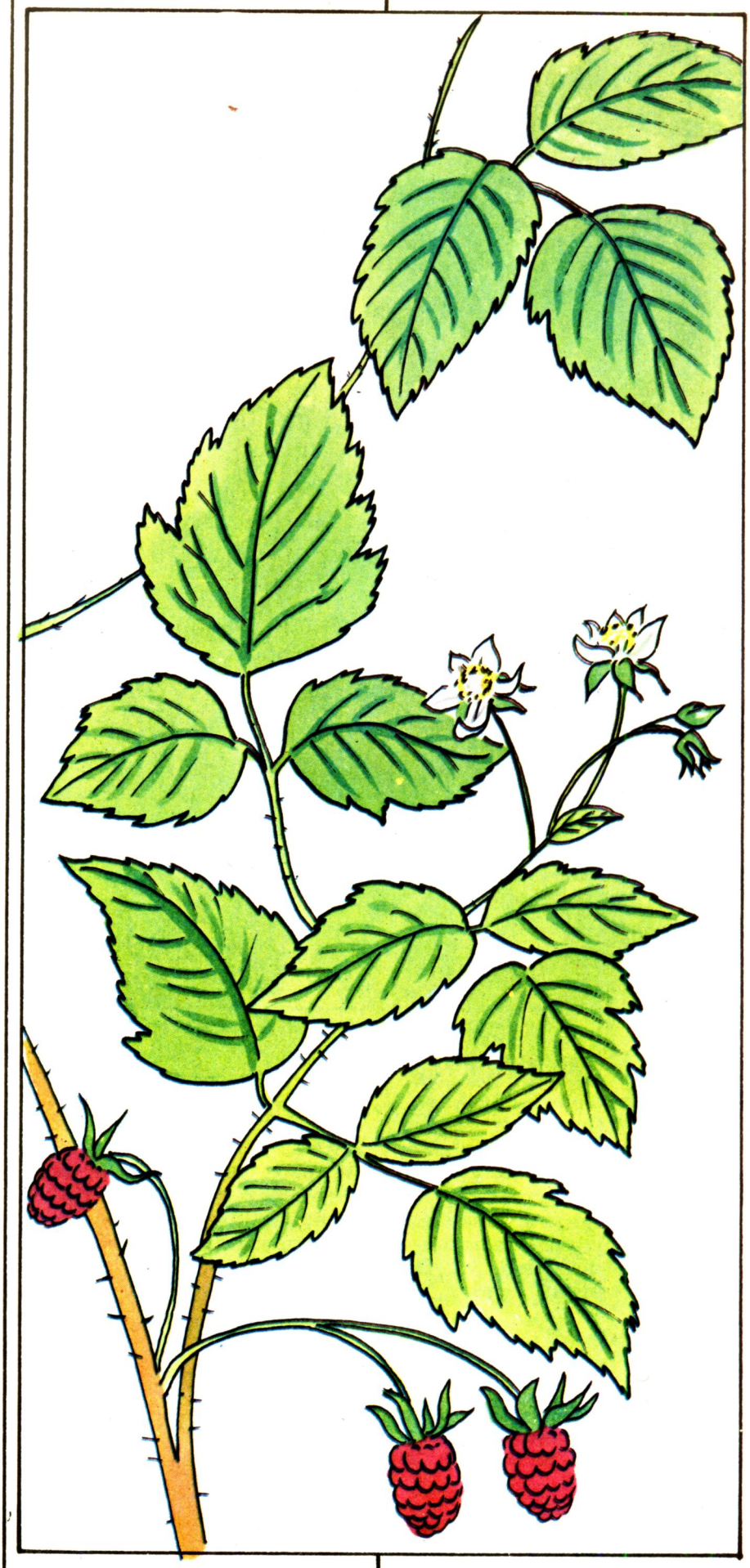
Las flores son conocidas por sus características digestivas, eupépticas, colagogas y carminativas. Se prepara una infusión de 25 gramos de flores por litro de agua. Se recomienda beber tres o cuatro tazas por día en cualquier caso de desarreglos gastrointestinales: mala digestión, acidez, inflamaciones intestinales, cólicos, flatulencias, etc.

También se puede preparar una tintura.

TINTURA DE FOFOSA

Alcohol de 60º . . . . . 200 c.c.
Flor de Fofosa. . . . . 40 gr.

Una o dos cucharaditas disuelta en una taza de agua tibia, dos o tres veces por día.



FRAMBUESA

Nombre Científico:
Rubus Idaeus.
Familia:
Rosáceas.

Arbusto de tallos erguidos y ramificados, con pequeñas espinas o aguijones, de corteza blanquecina y ramas flexibles en las puntas. Las hojas tienen un pecíolo acanalado, partidas en tres o cinco lóbulos o bien compuestas con folíolos ovales de borde dentado, el haz es glabro y el envés tormentoso. La raíz es un rizoma rastrero. Las flores se dispones en la axila de las hojas o bien en el ápice de las ramas. El cáliz es pentacépalo y la corona pentapétala, de color blanco. Los frutos son pequeñas drupas, globosas y perfumadas. Esta planta puede alcanzar los dos metros de altura; crece espontáneamente o bien cultivada. Se da en lugares húmedos y frescos.

Las hojas de la Frambuesa tienen propiedades astringentes, descongestionantes y levemente hemostáticas. La forma más común de consumo es como infusión, a razón de 25 gramos de hojas por litro de agua. Dosis recomendada: 4 tazas al día en casos de diarrea. También se puede preparar una tintura.

TINTURA DE FRAMBUESA

Alcohol de 70º . . . . . .200 c.c
Hoja de Frambuesa . . . . 40 gr.

Una cucharadita, disuelta en la infusión de su agrado, tres veces al día, como astringente.

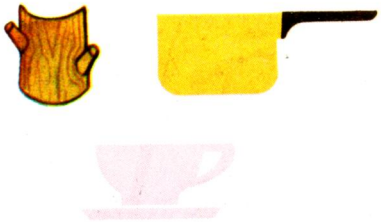
En caso de encias sangrantes, lastimaduras o llagas en la boca, se puede preparar como colutorio una infusión de 30 gramos por litro de agua para hacer buches o gargarismos. Si se desea, se puede disolver una cucharada de tintura en una taza de agua caliente con el mismo fin.

En uso externo, se pueden emplear los mismos preparados que se usaron como colutorios (infusión o tintura) para lavar heridas leves o en vias de cicatrización, como hemostático o vulnerario.

Los frutos tienen propiedades diuréticas, refrescantes y depurativas. Se pueden consumir frescos o en dulces y mermeladas, de acuerdo a las recetas convencionales. Si se desea, se puede preparar un jarabe para consumo inmediato, que consiste en pasar por un cedazo, 250 gramos de fresas trituradas. La pulpa recogida se espesa con azúcar y se bebe directamente o bien rebajada con un poco de agua fresca.

FRANCISCO ALVAREZ
(VER AZOTA CABALLO)

FRANGULA



Nombre científico.
Fragula abus.

La corteza de Frangula molida se la encuentra en droguerías y tiene propiedades colagogas, digestivas, hepatotónicas y laxantes.

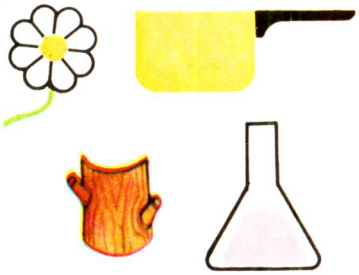
Una cucharadita de corteza demenuzada en una taza de agua hirviendo y levemtne endulzada se puede beber en ayunas durante varios días, porque actua como laxante suave y regulador intestinal.

Un cocimiento de 25 a 35 gramos de corteza por litro de agua, que se deja hervir durante un minuto, es recomendable como colagogo y digestivo. Dosis recomendada: tres o cuatro tacitas al día, entre medio de las comidas.

Como tónico hepático se puede mezclar la Frangula con Manzanilla, a razón de 15 gramos de cada planta en un litro de agua, haciendolo hervir durante 5 minutos. Se bebe tres o cuatro tacitas al día entre medio de las comidas.

FRESA
(VER FRUTILLA)

FRESNO



Nombre científico:
Fraxinus Excelsior
Familia:
Oleáceas.

Arbol alto, provisto de tronco grueso y corto que se ramifica a partir de los tres metros. La corteza es lisa y de color gris verdoso o amarillento; cuando el árbol es viejo puede presentar arrugas y grietas. Las hojas son compuestas de foliolos aovados y de bordes suavemente dentados. Son de color verde claro en el haz y ligeramente tormentosas en el envés.

Un cocimiento de 40 gramos de hojas en un litro de agua es un laxante suave y eficaz. Se re-

comienda beber una taza al acostarse y otra en ayunas al levantarse. Si se desean resultados más suaves, se puede substituir la hoja por la corteza.

Como antirreumático y diurético se prepara un cocimiento haciendo hervir durante 10 minutos 20 gramos de hoja en un litro de agua. Se recomienda beber una taza después de cada comida.

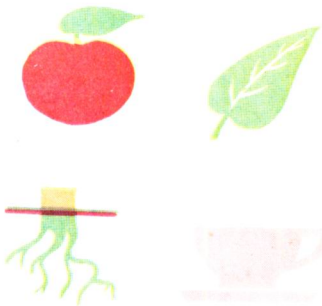
Un cocimiento mixto a razón de 10 gramos de hojas y 10 gramos de corteza, tomado bien caliente, es un eficaz febrífugo y depurativo.

TINTURA DE FRESNO

Alcohol de 60º . . . . . 200 c.c.
Hojas de fresno . . . . . 40 gr.

Una o dos cucharaditas disueltas en una taza de agua tibia o la infusión de su agrado, tres o cuatro veces por día. Se lo usa como antirreumático y diurético.

FRUTILLA



Nombre científico:
Fragaria Vesca
Familia:
Rosáceas
Otros nombres:
Fresa.

Planta pequeña de rizoma cilíndrico, largo y rastrero. En los nudos del rizoma surgen raicillas y tallos que van formando nuevas plantitas, de manera tal que un frutillar descuidado se

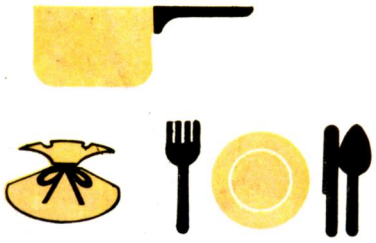
vuelve pronto un pequeño matorral. La flor es blanca y de cinco pétalos. Puede crecer espontaneamente en zonas sombreadas y húmedas. El fruto es muy jugoso, de color rojo, con semillas al exterior.

Las frutillas frescas son un buen depurativo, recomendable para las personas que sufren extreñimientos, y de propiedades litóntricas.

La infusión de hojas de frutillas tiene propiedades ligeramente astringentes, lo que la hace recomendable en caso de diarreas. Con el mismo fin se pueden utilizar las raices. La proporción indicada es de 20 gramos (de hojas o de raices) por litro de agua hirviendo. Dosis recomendada: dos tazas al día.

Con hojas frescas machacadas de frutillas se prepara una cataplasma de propiedades antiinflamatorias, emolientes y reductoras en caso de inflamaciones, pústulas, forúnculos, panadizos o hematomas.

Con frutillas machacadas se puede preparar una máscara facial que limpia y suaviza el cutis, ayudando a eliminar manchas de la piel.



FUCSIA

Nombre Científico:
Fuchsia Macrostemma.
Familia:
Oenoteráceas.

Arbusto de ramas lampiñas, hojas ovales, dentadas y agudas. Las flores, colgantes de pedúnculos largos, tienen un cáliz cilíndrico y una corola de cuatro pétalos; son de color rojo oscuro.

Las flores de la Fucsia tienen propiedades refrescantes, diuréticas y depurativas. Se consumen en forma de jarabe.

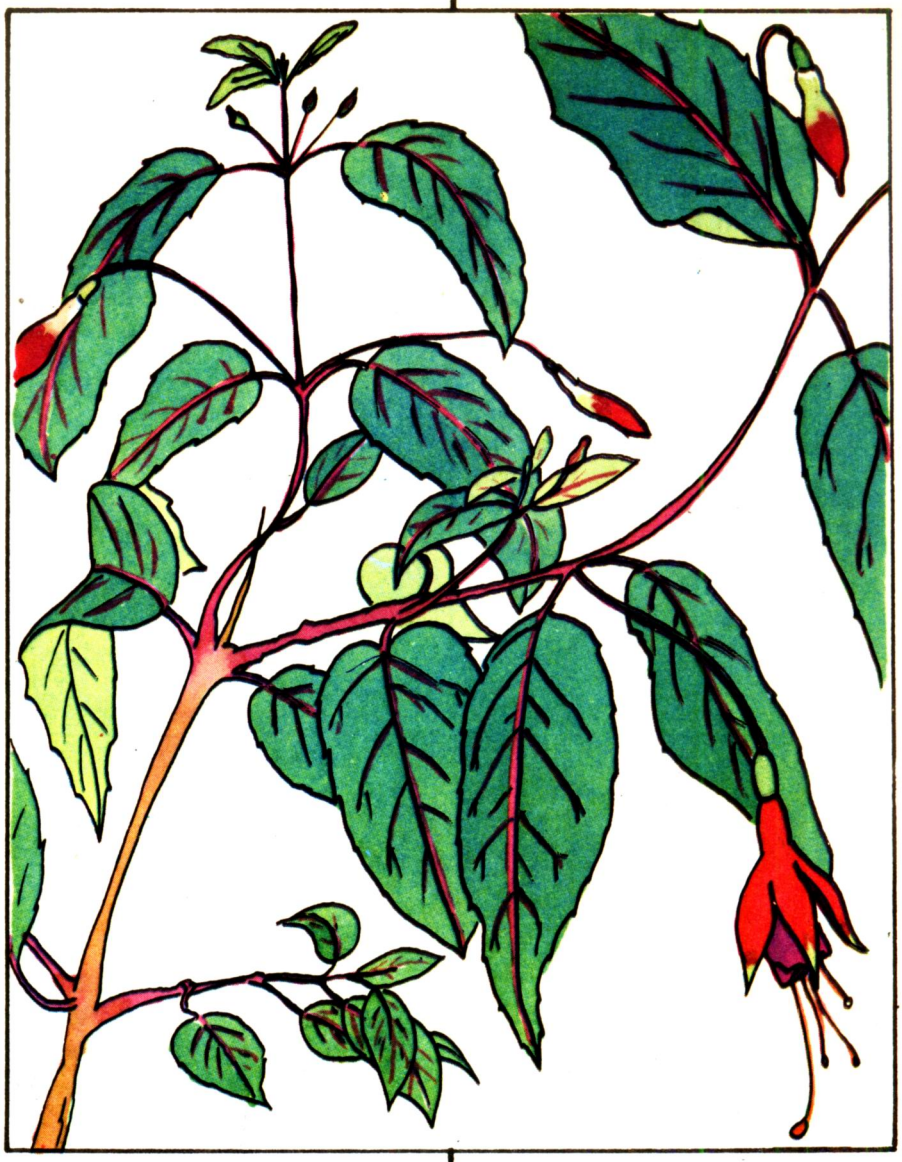
JARABE DE FUCSIA

Agua . . . . . .2 litros.
Azúcar. . . . .Cantidad necesaria.
Limón (jugo). 2
Fucsia, Flores . . . . . .400 gr.

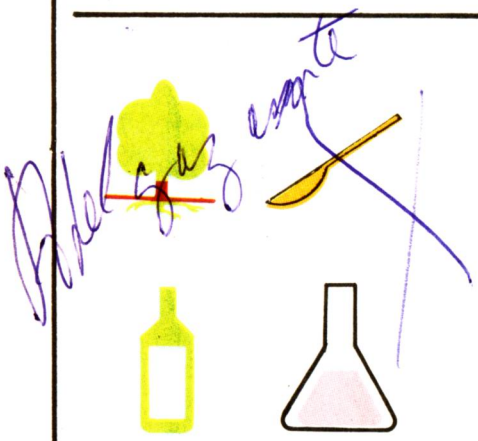
Se colocan todos los ingredientes al fuego y se lleva a ebullición, mientras se le va agregando el azúcar por cucharadas y revolviendo hasta obtener la consistencia de jarabe.

Se espuma, se cuela en caliente, se deja enfriar y se guarda en recipiente de boca ancha. Se disuelve una o dos cucharadas en agua y se administra como un refresco en lugar de limonada.

Este jarabe es recomendado en casos de fiebres, estados gripales y todas aquellas enfermedades donde se produzca deshidratación por transpiración.



FUCUS



Nombre científico:
Fucus Versiculosus
Familia:
Fucáceas
Otros nombres:
Sargazo Vejigoso.

Alga que crece en la costa sur de nuestro país. Se fija a las rocas con un pié en forma de raíz. El tallo carnoso alcanza los 20 centímetros y se ramifica en carnosidades en forma de cinta. Presenta vejigas llenas de aire que permiten su flotación.

Esta planta marina contiene yodo lo que la hace recomendable en el tratamiento de enfermedades que requieran este elemento en abundancia, tales como bocio, obesidad y artereoesclerosis.

La decocción se prepara con 20 gramos de Fucus seco que se lava abundantemente, se hacen hervir durante 10 minutos en un litro de agua y se beben tres o cuatro tazas al día. Con idéntico fin se puede preparar la tintura.

TINTURA DE FUCUS

Alcohol de 60º . . . . . 200 c.c.
Fucus . . . . . 40 gr.

Una o dos cucharaditas disueltas en una taza de agua tibia o la infusión de su agrado, tres o cuatro veces por día. En caso de obesidad también se puede beber el vino de Fucus.

VINO DE FUCUS

Tintura de Fucus. . . . . 200 c.c.
Vino blanco generoso . 800 c.c.

Se toma una copita antes de cada comida.

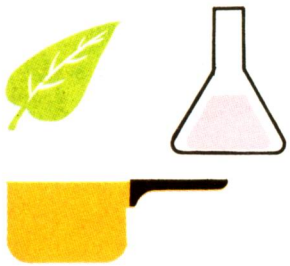
En casos de debilidad y falta de apetito, se recomienda la jalea de fucus.

JALEA DE FUCUS

Fucus . . . . . 100 gr.
Agua . . . . . cantidad necesaria
Azúcar. . . . . cantidad necesaria
Esencia de vainilla
u otra . . . . . a gusto

Se dejan en remojo los Fucus durante 12 horas en agua fría, cambiando el agua dos o tres veces. Se deja secar a la sombra para que pierda su olor característico. Luego se corta y machaca, y se coloca a hervir en un litro de agua hasta que la planta se deshaga y el líquido tome una consistencia gelationsa. Se filtra por una muselina y antes que se enfrie se lo espesa con azúcar y se lo aromatiza con esencia de vainilla u otra de su agrado. Se toman una o dos cucharadas de esta jalea, tres o cuatro veces por día. Si se desea se lo puede disolver en un vaso de leche.

FUMARIA



Nombre científico:
Fumaria Officinalis
Familia:
Papaveráceas
Otros nombres:
Fumaria morada, Fumaria blanca.

Hierba de tallo hueco y ramoso, de 40 a 60 centímetros de altura. Hojas compuestas de color verde amarillento. Las flores en espigas, muy pequeñas, blancas o rojizas. El jugo de la Fumaria es de un sabor amargo característico.

Las hojas de la Fumaria son empleadas en cocimientos; tienen propiedades depurativas, hepáticas y diuréticas. Además, por su sabor amargo, estimula las secreciones gástricas actuando como aperitivo y digestivo.

El cocimiento se prepara con 30 gramos de hoja por litro de agua. Se calienta hasta que estalle el hervor, se cuela y se bebe una taza en ayunas y una antes de cada comida.

En cocimientos de 40 a 50 gramos de hoja por litro de agua sirve para enjuagues capilares y combatir caspa y seborrea. También se lo puede utilizar en fomentos tibios en caso de ecsemas, irritaciones cutáneas u otros problemas epidérmicos.

Para uso externo, también se puede utilizar la tintura.

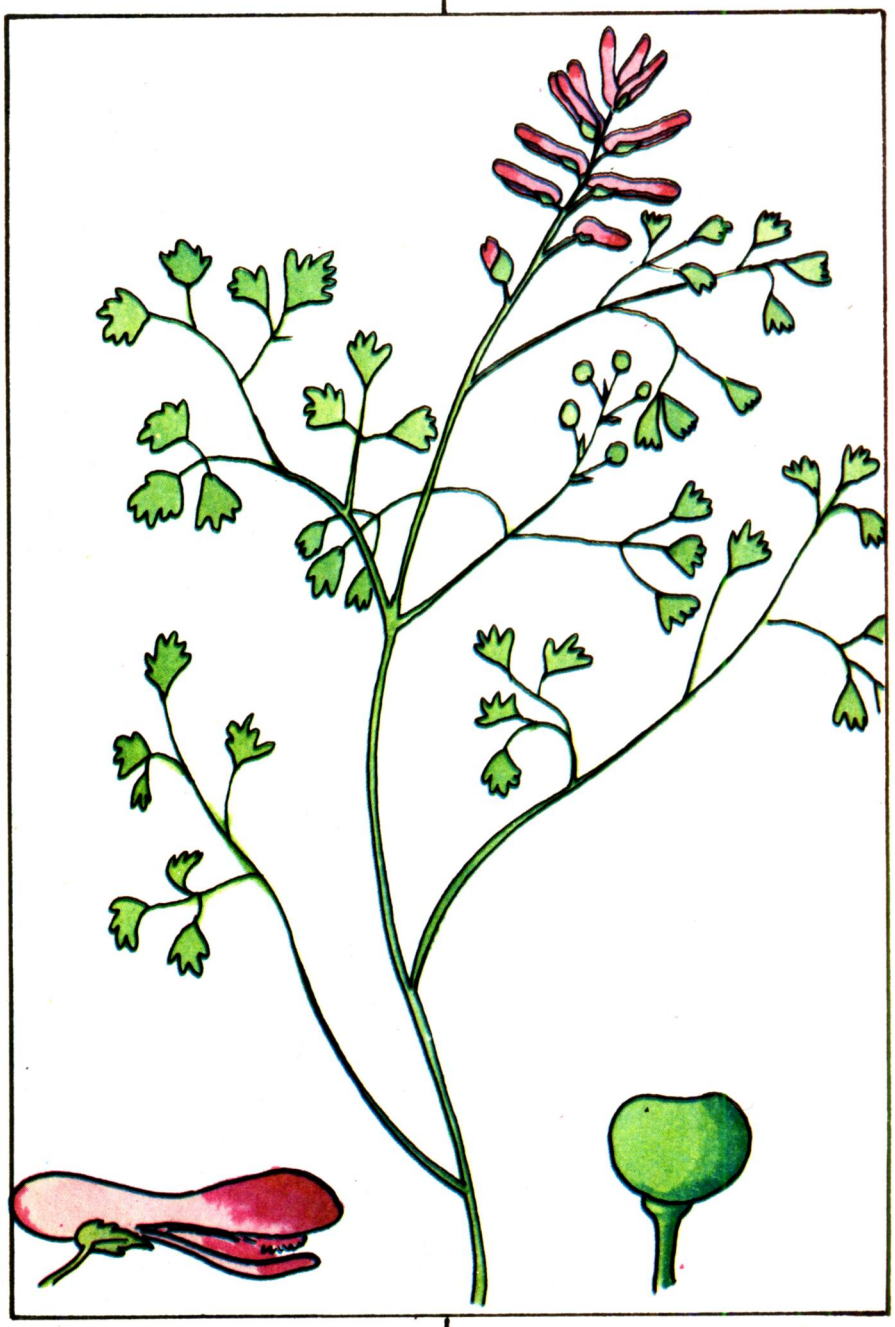
TINTURA DE FUMARIA

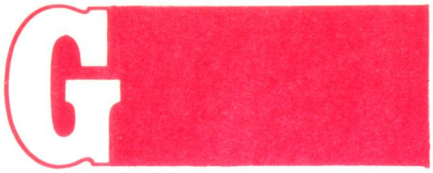
Alcohol de 60º . . . . . 200 c.c.
Fumaria, hojas. . . . . 60 gr.

Una cucharada disuelta en una taza de agua tibia para lavajes y enjuagues capilares.

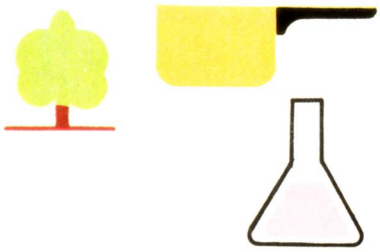
FURUMAGO o FUSIFREGA

(VÉR JARAMAGO)





GALEGA



Nombre científico:
Galega Officinalis
Familia:
Papilionáceas
Otros nombres:
Ruda Cabruna.

La Galega es una planta vivaz que alcanza hasta un metro y medio de altura. El tallo es erecto y estriado. Las hojas son compuestas de folíolos lanceolados y totalmente glabros. Las flores, de cáliz acampanado se agrupan en racimos axilares y son de un color azulado.

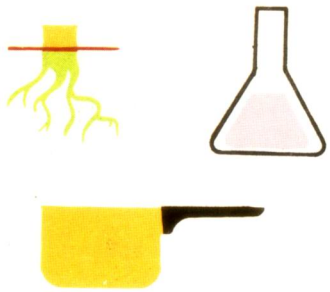
El cocimieto de Galega tiene propiedades sudoríficas, vermífugas, depurativas y diuréticas. La proporción indicada es de 40 gramos de planta por litro de agua, cuando estalla el hervor se retira del fuego y se cuela. Dosis recomendada, cuatro tazas al día, después de las comidas. También tiene propiedades galactogogas (estimula la secreción láctea) por lo cual es indicada a mujeres en período de lactancia. También se puede consumir como tintura.

TINTURA DE GALEGA

Alcohol de 70º . . . . . 200 c.c.
Galega (toda la planta) . . 60 gr.

Una cucharadita tres o cuatro veces al día, disuelta en una taza de agua tibia o la infusión de su agrado.

GALANGA



Nombre científico:
Alpinia Galanga
Familia:
Cingiberáceas.

Planta de tallo recto, hojas radicales enteras, envolventes y de nervadura central muy promiente. Las flores son en espiga y de color blanco. La raíz es un rizoma nudoso y tubular de unos tres centímetros de diámetro de color marrón por fuera y rojizo en su interior, tiene un sabor aromático, amargo y picante.

La raíz de la Galanga tiene propiedades digestivas, colagogas y carminativas. Además, posee una suave acción analgésica. Un cocimiento de 15 gramos de rizoma por litro de agua es especialmente indicado para digestiones lentas y flatulencias. Dosis recomendada: cuatro taçitas diarias después de cada comida.

El dolor de muelas se puede calmar masticando un trozo de raíz de Galanga y procurando apoyar ese bolo sobre la zona dolorida, se tiene un par de minutos en la boca y se escupe.

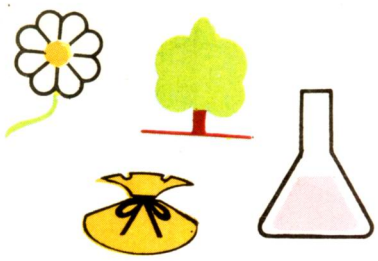
Para dolores reumáticos, articulares y musculares, se pueden tratar con fricciones de tintura de Galanga.

TINTURA DE GALANGA

Alcohol de 90º . . . . . 200 c.c.
Rizomas de Galanga . . . . 40 gr.

Se hacen friegas en las zonas doloridas tres o cuatro veces al día.

GALIO



Nombre Científico:
Galium Verum
Familia:
Rubiáceas.

Los tallos de esta hierba son de sección cuadrada, con nudos de los cuales parten las ramas. La raíz es un rizoma rastrero y cilíndrico. Las hojas son lineales con la nervadura central muy marcada en el envés, son pecioladas y nacen en los nudos del tallo y las ramas. Las flores, agrupadas en espigas son de color amarillo. Este arbusto, que supera el metro de altura, crece, de manera espontánea en terrenos baldíos y en la orilla de los caminos.

Las flores del Galio tienen propiedades antiespasmódicas, astringentes, vulnerarias y antiflogísticas (calmante y reductor de inflamaciones). La forma más común de consumo es como infusión, a razón de 15 gramos de flores por litro de agua.

Se bebe por tazas en casos de dolores estomacales, cólicos en general y diarreas. También se puede preparar una tintura.

TINTURA DE GALIO

Alcohol de 70º . . . . . .200 c.c
Galio, flores. . . . . 40 gr.

Una cucharadita, disuelta en agua tibia o alguna infusión de propiedades antiespasmódicas o astringentes, tres veces al día.

En uso externo se puede preparar una cataplasma de hojas y tallos tiernos de Galio para aplicar en casos de dolores musculares, luxaciones, desgarraduras o problemas articulares.

Se machaca la planta y se coloca sobre la zona afectada con vendaje adecuado. Esta propiedad permite elaborar una pomada.

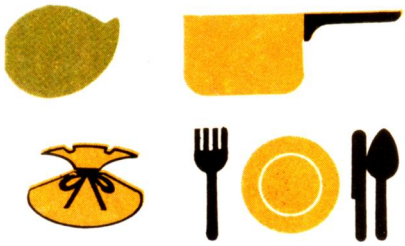
POMADA DE GALIO

Grasa de cerdo de buena calidad . . . . . .100 gr.
Cera de abejas . . una cucharada.
Manteca sin sal . . . . . .100 gr.
Flores, hojas y tallos tiernos de Galio picados. . . . . 60 gr.

Se calienta esta mezcla a baño maría durante 5 horas. Se retira del fuego, se deja en reposo toda la noche. Al día siguiente se elimina el líquido sobrenadante, si lo hubiera, se vuelve a calentar la mezcla a baño maría durante una hora. Se cuela en caliente y se guarda en potes apropiados. Se utiliza para hacer friegas en los mismos casos que la cataplasma.

En casos de heridas sangrantes se prepara una solución de dos cucharadas de tintura en un vaso de agua tibia. Este líquido tiene propiedades henostáticas y vulnerarias. Se utiliza como detersivo para lavar y desinfectar.

GARBANZO

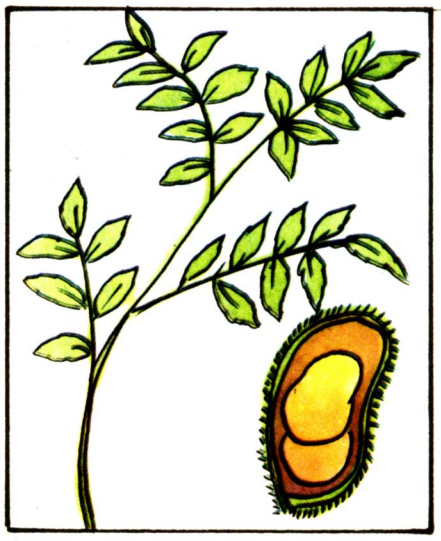


Nombre científico:
Cicer Arientinum
Familia:
Leguminosas

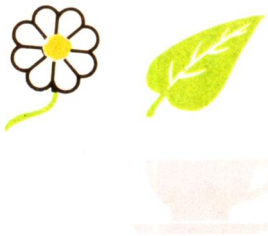
Planta herbácea de tallo duro y ramoso que alcanza hasta cincuenta centímetros de altura. Las hojas son compuestas de folíolos elípticos y de borde aserrado. Las flores son de pedúnculo muy largo y de color blanco. El fruto es una vaina inflada y tormentosa con una o dos semillas amarillentas y esféricas de un centímetro de diámetro y algo gibosas. La semila es lo que conocemos como el garbanzo.

Con los garbanzos hervidos y machacados se puede preparar una cataplasma madurativa y emoliente muy indicada para abscesos, panadizos y forúnculos; se debe aplicar tan caliente como la piel pueda soportarlo. El agua del cocimiento de los garbanzos tiene propiedades diuréticas y litóntricas, lo cual la hace recomendable para cálculos y arenillas.

Los garbanzos forman parte de la cocina cotidiana y con ellos se prepara una extensa gama de platos.



GATUÑA



Nombre Científico:
Ononis Spinosa.
Familia:
Papilionáceas.

Arbusto de tallo muy ramificado y espinoso; a veces puede tener consistencia leñosa en la base. Las hojas, pecioladas, son pequeñas, ovaladas y de borde serrado. Las flores pueden crecer aisladas o agrupadas en pequeños racimos y son de color rosado. Esta planta crece en terrenos áridos, pedregosos y calcáreos. Es muy cultivada en los jardines por la belleza de sus flores.

Las hojas y las flores de la Gatuña tienen propiedades diuréticas y litóntricas, por lo que son muy recomendadas en casos de arenillas y piedras en riñon y vejiga. La forma más común de uso es como té, a razón de 20 gramos de Gatuña por litro de agua. Dosis recomendada: 4 tazas al día.

Si se deja secar a la sombra las flores y las hojas, se reducen a polvo en un mortero y se utiliza este polvo para elaborar una infusión. A tal fin, se coloca una cucharadita de café en una taza de agua caliente.

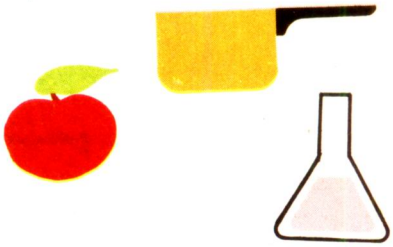
También se puede preparar una tintura.

TINTURA DE GATUÑA

Alcohol de 70º . . . . . .200 c.c
Hojas y Flores de Gatuña . . . . . 40 gr.

Una cucharadita, diluída en una taza de agua tibia, o algún té diurético y litóntrico, tres o cuatro veces al día.

GAYUBA



Nombre científico:
Arctostaphylos Uva-ursi
Familia:
Ericáceas
Otros nombres:
Gaulla, Uva de oso, Uva ursi.

Este arbusto se arrastra por el suelo (sin llegar a ser considerada una planta rastrera) formando un tapiz verde. El tallo adulto es glabro, la rama tierna, tormentosas. Las hojas son persistentes, aovadas, de pecíolo corto, de color verde brillante y consistencia corácea. El borde es liso. Las flores son blancas o rosadas y están dispuestas en racimos terminales. El fruto es una drupa de color rojo y sabor acidulado, se usa para la preparación de mermeladas caseras.

Las hojas de la Gayuba tienen propiedades diuréticas y litóntricas y son muy usadas para tratar toda clases de complicaciones del aparato genito-urinario (en particular para afecciones de próstata). Es además un laxante suave. Para cualquiera de los casos mencionados se prepara un cocimiento de 20 gramos de hojas por litro de agua. Se deja hervir dos o tres minutos y se bebe el litro de agua durante el día. También se la puede consumir en forma de tintura.

TINTURA DE GAYUBA

Alcohol de 70º ..... 200 c.c.
Gayuba (hojas) ..... 40 gr.

Tres o cuatro cucharaditas al día disueltas en agua tibia o la infusión de su agrado. Mezclada con té de Barba de Choclo su acción diurética es particularmente efectiva.

GEMELA
(VER DIAMELA)

GENCIANA

Nombre científico:
Gentiana Lútea.
Familia:
Gencianáceas
Otros nombres:
Pasto blanco, Pasto amargo.

Hierba perenne de tallo grueso. Las hojas on ovales, anchas, lisas opuestas a pares. Las flores salen de las axilas de las hojas superiores y son racimos de color amarillo patito. Las raíces son gruesas y carnosas de pulpa amarilla.

La raíz de Genciana tiene un sabor amargo que estimula las secreciones estomacales y la hacen particularmente efectiva como aperitivo o digestiva. Tiene reconocidas propiedades como tónico estomacal, regulador intestinal, vermífugo y carminativo.

Dejando en maceración unos trozos de raíz de Genciana en un vaso de agua durante toda la la noche se tendrá un líquido amargo que se puede beber antes de las comidas.

VINO DE GENCIANA

Tintura de Genciana . . 150 c.c.
Vino generoso dulce . . 850 c.c.

Una copita antes o después del almuerzo y cena constituye un agradable aperitivo o digestivo.

Un cocimiento de 20 gramos de raíz por litro de agua dará un excelente té digestivo. Dosis recomendada, cuatro tazas al día después de cada comida. Con el mismo fin se puede preparar la tintura de Genciana.

TINTURA DE GENCIANA

Alcohol de 90º . . . . . 200 c.c.
Raíz machacada . . . . . 40 gr.

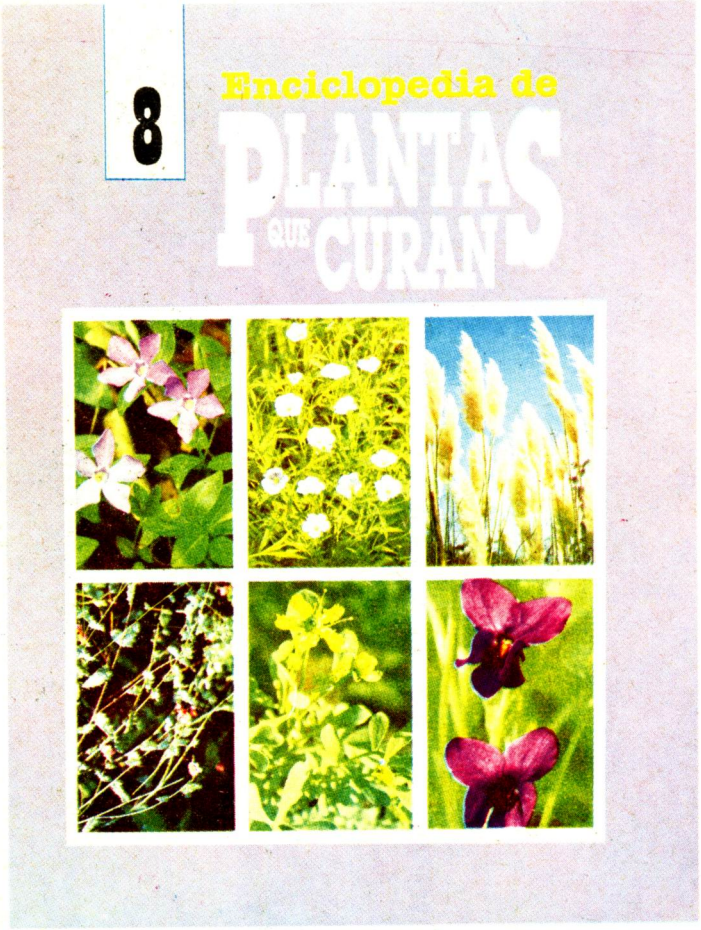
Una cucharadita, disuelta en una taza de agua tibia o la infusión de sua grado, después de cada comida. Si se la disuelve en un vaso de vermouth dá un aperitivo de sabor muy agradable. Con el mismo fin se puede preparar el vino de Genciana.

Existen en nuestro país otras especies de Genciana, sus propiedades son las mismas de la Gentiana Lutea.

Enciclopedia de

PLANTAS QUE CURAN

NUESTRO PROXIMO NUMERO



GENCIANA DE KOCH - GENGIBRE - GERANIO - GIRASOL - GOMA ARABIGA - GORDOLOBO - GRAMA - GRAMA DE LAS BOTICAS - GRAMA DE OLOR - GRANADO - GRASILLA - GRINDELIA - GROSELLA - GUACO - GUANABANO - GUAYABA - GUAYACAN - GUAYCURU SANTIAGUEÑO - GUILLIPATAGUA - GUISANTE - HABA

7

Enciclopedia de PLANTAS QUE CURAN